HABTEALEM : ABERRA : FIELD MEDICINE FOR TAGAYS . 1978

የኢትዮጵያ፡ዴሞክራቲክ፡ኅብረት።

ተከታታይ ቁጥር ፫

የአርበኞች የሕክምና መመሪያ።

ETHIOPIAN DEMOCRATIC UNION

የአርበኞች የሕክምና መመሪያ።

እያንዳንዱ ዋና የአርበኛ ጦር በየደረጃው የሕክምና እርዳታ መስጠት የሚችሉ ሐኪሞች፤ የጤና መኰንኖች፤ ነርሶችና ድሬሰሮች ሊኖሩት ይገባል። የሕክምና ባለሙያዎ[ች] ከተገኙ የሕክምና ክፍሉ በሚከተለው አኳሆን ሊቋቋም ይ[ች]ላል።

ሀ) ጠቅላይ ሠፈር — ሐኪምና ከሞላ ጐደል ዩተሟላ ሕክምና መስጠት የሚችል ክፍል፤

ለ) ቀዳሚ ሠፈር — የጤና መኰንን ከረዳቾቹ ጋር፤

መ) ከ100–150 ሰው ያለው ከፍተኛ ክፍል ነርስ ወይም ድሬሰር (አስታማሚ)

ሠ) ከ25–30 ሰው ያለው ንዑስ ክፍል ድሬሰ[ር] (አስታማሚ)

እነዚህን የሕክምና ባለሙያዎች ለማግኘት እሺ ያለውን በውድ እምቢ የሚለውን አስረድቶ እንድ አስፈላጊነቱ አ[...] ምጽ መውሰድ ያስፈልጋል። አካሚዎችን ለማግኘት ሌላ ዘዴ ስለሌለ በዚህ ጉዳይ ላይ ብርቱ ጥረት ማድረግ ያሻል።

—— " ——

በዚህ መመሪያ ውስጥ አራት ነገሮች አሉ፤ አንደኛው የመጀመሪያ ደረጃ የሕክምና እርዳታ እንዴት እንደሚሰጥ የሚያስረዳ ነው። ይኸን እርዳታ የሚያደርጉት ተዋጊዎቹ እራሳቸው ስለሆኑ አደራረጉን እንዲያውቁ ማስጠና[ት] እና ማለማመድ ያስፈልጋል። ሁለተኛው ክፍል አንድ ድሬሰ[ር] ወይም ትንሽ የሕክምና ልምምድ ያለው ሰው ስለሚሰጠው እርዳታ ነው። ይኸን እርዳታ ለማድረግ በተለይም መርፌ ለመውጋት ድሬሰር ስለሚያስፈልግ ከሌላ ባስቸኳይ ማግኘት ያስፈልጋል። ሶስተኛ ክፍል፤ ከበሺታ ለመከላከል የ[...] ያስፈልጉ ነገሮችን ባጭሩ የያዘ ነው። መጨረሻ ላይ በየ[...] ፍሉ ሊኖር የሚገባው የመድኃኒት ዓይነትና መጠን ተዘር[ዝ]ሯል።

የመጀመሪያ ደረጃ የሕክምና እርዳታ

ኃላፊነት

እያንዳንዱ ተዋጊ አርበኛ ጓደኛው ጦ[...]
ነት ላይ ሲጐዳ መርዳት መቻል አለበት። ተጐጂ[...]
ለመርዳት ምን ማድረግ እንደሚያስፈልግ ከዚህ[...]
በታች ይገለጻል።

መድኃኒቶች

እያንዳንዱ ተዋጊ ለጦርነት ወደ ግን[...]
መሥመር ከመሔዱ በፊት የሚከተሉት መድኃኒቶች[...]
ሚሰጡት ይዞ መሔድ አለበት።

1፣ የቁስል ማሰሪያ
2፣ አንድ ፓኬት ፀረሕዋስ ፈውስ
3፣ አንድ ፓኬት ሕመም ማስታገሻ

ቁስል

አንድ ሰው ሲቆስል እራሱ እራሱን መ[...]
ካልቻለ የሚከተለውን እርዳታ አድርግለት፤

የእጅ ወይም የእግር ቁስል

1. አንድ ፀረሕዋስ ፈውስ
   እንዲውጥ ስጠው
2. ሕመም ካስቃየው አንድ የሕመም [...]
   ገሻ ፈውስ
3. ስብራት መኖር አለመኖሩን አረጋ[...]
4. ስብራት ከሌለ ደሙን ለማቆም ም[...]
   ደም ለማቆም ቁስለኛውን እራሱ [...]
   እግሩ ከፍ እንዲል በመጠኑ ዘቅዘ[...]
   አርገህ አስተኛው። የቆሰለውን አ[...]
   ወይም እጅ ድንጋይ ወይም ሌላ [...]
   በማንተራስ ከፍ ለማድረግ ትችላ[...]
5. ሰውየውን ዘቅዘቅ ማድረግ ካስቻ[...]
   በኋላ ከቍስሉ በላይ (ወደልቡ [...]
   ደውን) የደም ሥሮች ፈልገህ በ[...]

ወማተሀ ጨብጥ አርገህ ትይዛለህ፤ደሙ ካቆመ አንተ እንደዚያው የደም ሥሩን አፍነህ እንደያዝህ ሌላሰው ቁስሉን ይሰርለት።

6. አሁንም ደሙ ያላቆመ እንደሆነ ወይም የደም ሥሩን ካጣህ ከቁስሉ በላይ በጣም ከፍ ብለህ የተሼረበ ጨርቅ ወይም ወፍራም ገመድ ቋጥረህ ታስገባና በጣም እስኪጠብቅ ድረስ ቀስ እያልህ ታጠዝዋለህ ገመዱን ለማጠዝ አንድ ስንዝር የሚሆን ትንሽ እንጨት በውስጡ ታስገቢና ታዞረዋለህ ገመዱ የሰጪየውን ገላ ሊበላዉ ስለሚችል ከስሩ ገላው ላይ ጨርቅ ጠምጥምበት፥በምታጠዝበት ጊዜ ሰውየው እንዳይጐዳ ወይም አጥንቱ እንዳይሰነጠር ቀስ ብለህ እየተጠነቀቅህ አዙረው።ደሙ ሲቆም ወይም በጣም ሲቀንስ ከቁስሉ በላይ ከፍ ብለህ ማጠዣውን ከነእንጨቱ ሰውዬው ገላ ላይ ታስረዋለህ።

7. ንፁሕ ወሀ ካለ የቁስሉን አካባቢ ለማጽዳት እጠበው፤ንፁሕ ውሀ ከሌለ በንፁጡ ፎርቅ ወይም ጥጥ ጥረገውና ዋና ዋና ጉድፉን አንሳው፥አልኮል ወይም ካቲካላ ካለ ጥጥ ወይም ጨርቅ ነክረህ የቁስሉን አካባቢ ለማጽዳት ትችላለህ፥በምታጥብበት ወይም በምትጠርግበት ጊዜ ቍሻሻው ተመልሶ ወደ ቍስሉ እንዳይገባ መጠንቀቅና ወደ ቍስሉ ሳይሆን ወደውጪ መጥረግ አለብህ።

8. የቁስሉን አካባቢ ካጸዳህ በኋላ የቁስል ማሰሪያዉን አውጣና ልባሱን ግፈፍ። ከዚያ ቁስሉ ላይ የሚያርፈው ወገን እንዳይቆሸሽ በእጅህ ሳትነካው ተጠንቅቀህ ጫፉን ብቻ በማያዝ ቁስሉን(ታስርና)ታለብሰ(ሽ)/ትሸፍንና አጥብቀህ ታስረዋለህ።ከቁስሉ ከፍ ወይም ዝቅ ብለህ እንጂ ቁስሉ አፍ ላይ እንዳታስር ተጠንቀቅ፤የቆሰለው እጅ ወይም እግር ብዙ እንዳይነቃነቅ ተጠንቀቅ።የቆሰለውን እጅ አጥፈህ ሰውዬው ደረት ላይ ብታስረው አይነቃነቅም።ቁስሉን አንድ ጊዜ ካሰርከ

በኋላ አትነካካው፤ደም፡ መፍሰሱን ከቀጠለ የ
ሰው ወይም የራስሽን የቁስል ማሰሪያ ውስ
የፊተኛውን ሳትፈታ በላዩ ላይ ደርበህ አሰ

9. ያጦዝከውን እስራት በየሁለት ሰዓቱ ቀስ በ
አላላና ወዲያው መልሰህ ቀስበቀስ አጥብቀህ
ረው፥ስታላላው ደም መፍሰሱን ከተወ ፈትተህ
ጣው።

10. በማጠዝ ደሙን ለማቆም ጊዜ የሚፈጅብህ ከሆ
መጀመሪያ ቁስሉን ልታስርና ከዚያ በኋላ ማ
ትችላለህ።ብዙ ደም የሚፈስ ካልሆነ ማጠዝ
ስፈልግም።

<u>የራስ፤የደረት ወይም የሆድ ቁስል።</u>

1. አንድ ፀረ ሕዋስ ፈውስ ስጠውና ይዋጥ
2. ህመም ካሰቃየው አንድ የሕመም ማስታገሻ ፈ
ስጠውና ይዋጥ
3. የቁስል ማሰሪያውን ቁስሉ ላይ ሸፋንና ሌላ
ደራርበህ ደም እንዲቆም ጠበቅ አርገህ እሰ
ወይም ለጥፈው የተሰበረ አጥንት እንዳለ
እንዳይጐዳ በጣም አትጫነው፤ቀስ ብለህ አጥ
4. በተቻለ ፍጥነት ሰውዬውን በቁስለኛ ማንሻ(
ሬዛ)ወደሰፈር ላከው /ውሰደው።

<u>ስብራት።</u>

የቍስለኛው የእጅ ወይም የእጅ አጥንት ተሰብሮ እ
ሆነ ወይም ተሰብሯል ብለህ ትገምት እንደሆነ የሚ
ለውን እርዳታ ስጠው፥—

1. አንድ ፀረ ሕዋስ ፈውስ ስጠው
2. ህመም ካሰቃው አንድ የሕመም ማስታገሻ ፈው
ስጠው፤
3. ሰጪየዉን ዘቅዘቅ አርገህ አስተኛዉና ደሙን
ለማቆም ሞክር ደም ለማቆም ከስብራቱ በላይ
ያለዉን የደም ስር አንቆ በመያዝ ወይም ከስ
ብራቱ በጣም ከፍ ብለህ ደህናዉ ገላ ላይ
ገመድ አስገብተህ በማጠዝ ደሙን ለማቆም ትች
ላለህ፤

4. የተሰበረው እጅ ወይም እግር እንዳይነቃነቅ አጅለው የተሰበረው እግር ከሆነ ጠበንጃውን ጎኑ አጋድሞ ከስብራቱ በላይና በታች ራቅ ብለህ ከእግሩ ጋር አጥብቀህ እሰረው የተሰበረው እጅ ከሆነ ሁለት ወይም ሶስት እንጨት ወይም ሸንበቆ በልክ ቆርጠህ በተሰበረው እጅ ዙሪያ ካጋደምክ በኋላ ስብራቱ በታችና በላይ ከፍ ብለህ በማሰር እንዳይነቃነቅ ለማድረግ ትችላለህ ይኸን በምታደርግበት ጊዜ እንጨቱ ወይም ጠበንጃውን ከስብራቱ ላይ እንዳይነቃነቅ ወይም እንዳይውል ተጠንቀቅ የተሰበረውን ለማጀል ዙሪያውን ለመታታት ሸማ ወይም ሌላ ጨርቅ ተልትለህ ማሰሪያ ማበጀት ትችላለህ

5. የተሰበረውን ሰው ቶሎ ብለህ በቁስለኛ ማጓጓ (ቃሬዛ) የተሻለ ህክምና ወደሚገኝበት ሠፈር ላከው

6. ቁስሉን ለማከም አትሞክር ስብራቱንም ለመጠገን አትቃጣ የባሰ ጉዳት እንዳይደርስበት ተጠንቀቅ

የዓይን ቁስል

1. አንድ ፀረ ህዋስ ፈውስ ስጠውና ይዋጥ
2. ህመም ካሰቃየው አንድ የህመም ማስታገሻ ፈዉስ ስጠዉና ይዋጥ
3. ዓይኑ ዉስጥ ለሙገረግ ወይም ፍንጣሪና ጉድፍ ለማውጣት አትሞክር
4. የተጎዳውን ዓይን በቁስል ማሰሪያው ሸፍንና እሰረው
5. ሰዉየዉን ቶሎ ብለህ በቃሬዛ ሐኪም ወደሚገኝበት ሠፈር ላከዉ

አንድ ሰዉ ብዙ ደም ሲፈሰዉ ሊዝለፈለፍ ይች[...] እንደሚከተለዉ አርዳዉ

1. አራሱ ዝቅ እግሩ ከፍ እንዲል በመጠኑ ዘቅ[...] አስተኛዉ

2. መድሐኒት አልወሰደ እንደሆነ አንድ ፀረ ህ[...] ፈዉስና አንድ የህመም ማርከሻ ስጠዉና ይዋ[...]

3. በተቻለ መጠን ደሙን ለማቆም ሞክር ደሙን[...] ለማቆም የደም ስሩን በጣት ወግቶ መያዝ ወ[...] በማጤዣ መጠቀም እና ስብራት ከሌለበት ቁስ[...] ማሰር ነዉ

4. ሰዉየዉ "ይሰማ" እንደሆን ትንሽ ዉሐ ሰጠዉ[...] ጠጣ በመዛሉ የተነሳ በድን ሆኖ እንደሆነ[...] ምንም ገር አትስጠዉ

5. ቶሎ ብለህ በቃሬዛ ወደ ሠፈር እንዲሔድ አ[...]

የፈዉስ አወሳሰድ

አንድ ሰዉ ሲቆስል ወድያዉኑ የሚከተሉትን መድሐኒ[...] መዉሰድ ወይም መዋጥ አለበት

1. ፀረ ህዋስ ፈውስ ወዲያዉኑ አንዱን ፈዉስ [...] ዋጥና ከዚያ በኋላ በየስምንት ሰዓቱ አንዳ[...] ዋጥ በቀን ሶስት ፀረ ህዋስ ፈዉስ ትዉጣለ[...] ማለት ነዉ ለምሳሌ የመጀመርያዉ ቀን በአም[...] ሰዓት ብትዉጥ ሁለተኛዉን ማታ በአንድ ሰዓ[...] ሶስተኛዉን ደግሞ ለሊት በዘጠኝ ሰዓት ትዉ[...] ጣለህ ማለት ነዉ ይኸ መድሐኒት ቁስሉ እን[...] መረቅዝ የሚያደርገዉ ስለሆነ የተሰጠውን ፈ[...] ሳታቋርጥ በተነገረህ መሰረት መዉሰድ አለ[...]

2. ህመም ማስታገሻ ፈዉስ ከቁስሉ ወይም ከስብ[...] የተነሳ የሚያስጨንቅ ህመም ካሰቃየህ ወዲያ[...] አንድ የህመም ማስታገሻ ፈዉስ ዋጥ ካልተሻ[...] ከግማሽ ሰዓት በኋላ አንድ ደግመህ ዋጥ ከ[...] በኋላ ህመሙ ካልታገሰልህ በየአራቱ ሰዓት [...] አንድ መዋጥ አለብህ

3. መድሐኒቶችህን ሳታቋርጥ ካልወሰድክ ውጤት ላይሰጥ ይችላል መጠኑንም ካቢዛህ ሊጎዳ ስለሚችል በዚህ መመሪያ ውስጥ ወይም ድሬሰሩ የሚሰጥህን ምክር አክብር

ቃሬዛ

አንድ ሰው ሲቆስል ወይም ሲሰበር ወይም በሌላ አኳኋን ከፋኛ ሲጎዳ ሰውየው በመንቃነቅ የባሰ ጉዳት እንዳይደርስበት በቃሬዛ ማንሳትና መሸከም ያስፈልጋል ቃሬዛ ለመስራት የሚያስፈልጉ ነገሮች ሁለት ረዘም ያሉ አጠናዎችና ሁለት ጆንያዎች ወይም የሁለት ሰው ኮት ወይም ካፖርት ብቻ ናቸው ቃሬዛውን ለመስራት እንደሚከተለው አድርግ።

1. ዶንያ ካለ አጠናውን በዶንያዎች አፍ አስገባና በድፍኑ በኩል ሸንቁረህ እንዲወጣ አድርግ ሁለተኛውንም አጠና እንደዚሁ አድርግ ቃሬዛው ዝግጁ ሆነ ማለት ነው

2. ዶንያ ከሌለ በሁለት ሰው ኮት ወይም ካፖርት ቃሬዛ መስራት ትችላለህ አሰራሩ ቀላል ነው አንዱን አጠና በሁለቱ ኮቶች ወይም ካፖርቶች እጂጌ ውስጥ አሾልከህ አዉጣዉ ሁለተኛዉንም አጠና እንደዚሁ በቀሩት እጂጌዎች ዉስጥ አሾልከህ አውጣው የአንዱ ኮት ወይም ካፖርት አንገት ወደፊት ሲውል የአንዱ ደግሞ ወደኋላ መዋል ያስፈልጋል አጠናውን ከለካህና አሾልከህ ካወጣህ በኋላ የኮቶቹን ወይም የካፖርቶቹን ቁልፍ ቆልፍና ዘርጋ ዘርጋ አርገህ አመቻቸው ቁልፉ ተበጥሶ ወይም ልብሱ ተንሸራቶ ቁስለኛዉ ሾልኮ እንዳይወድቅ ኮቶቹን ወይም ካፖርቶቹን መሀል ላይ ከአጠናዉ ላይ አስሮ አሁን ቃሬዛው ዝግጁ ነዉ ማለት ነዉ

3. ሰዉየዉን እግሩንና አንገቱን ለሁለት በመያዝ አንሱትና እተዘጋጀዉ ቃሬዛ ላይ አስተኙት የተጎዳዉ እጅ ወይም እግር እንዳይንጠለጠል ማመቻቸት ያስፈልጋል ከዚያ በኋላ

አንድ ሰዉ ከፊት አንድ ሰዉ ከኋላ ሆነዉ ቃሬዛዉን በሁለት እጃቸዉ አንስተዉ ተሸክመዉ ለመሔድ ይችላሉ.

4. ቃሬዛ ለመስራት ጊዜ የማይሰጥ አጋጣሚ ከመጣ የተጎዳዉን ሰዉ ባንድ ሰዉ ሸክም ለማንሳት ይቻላል ይኸን ለማድረግ የተጎዳዉን ሰዉየፊቱን ወደኋላህ እግሩን ወደፊትህ በማድረግ አንሳና ትከሻህ ላይ አዉጣዉ አንዱን እጅህን በሰዉየዉ እግሮች መሐል አሾልከህ አውጣና ይኸንኑ እጅህን በደረትህ ላይ አጥፈህ የሰዉየዉን አንድ እጅ ጨብጠህ ትይዛለህ በዚህ አኳኋን ተመቻችተህ ሰዉየዉን ብዙ መንገድ ተሸክመህ ልትሔድ ትችላለህ

ድሬሰር የሚሰጠዉ የህክምና እርዳታ

ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን የህክምና እርዳታዎች ለማድረግ ቢያንስ የድሬሰር ችሎታ ያለዉ ሰዉ ያስፈልጋል ስለዚህ በተቻለ ፍጥነት ድረሰሮችና ሌሎችንም የተሻለ የህክምና እውቀት ያላቸዉን ባለሙያዎች ማርኮም ሆነ በሌላ ዘዴ ማግኘት ያስፈልጋል ድሬሰሮቹ ለመድሐኒቶችን ለህክምና እቃዎች እንዲሁም የሚከተሉትን እርዳታዎች ለመስጠት ኃላፊ ናቸው I

መርፌ መዉጋት

አንድ ቁስለኛ ሲመጣ ድሬሰሩ የታሰረዉን ወይም የታጀለዉን አይቶ ይፈትሽና ያመቻችለታል ቁስሉም ቆሸ[illegible] እንደሆነ ሳቪሎን በሚባለዉ መድሐኒት ያጥብለትና መ[illegible] ያስረዋል ከዚያ በኋላ (tetanuus taxoid ወይም AT.T)የሚባለዉን መርፌ ይወጋል ላንድ ሰዉ የሚሰጠዉ የዚህ መድሐኒት መጠን ግማሽ ሚሊሌትር ብቻ ነዉ መርፌዉ የሚወጋዉ ግራ ክንዱ ጡንቻ ላይ ነዉ ወደ ስጋዉ ሳይገባ ቆዳዉ ስር በጥንቃቄ ዉጋዉ ቁስሉ[illegible] መግል ከያዘ ደግሞ ፕሮከይን ፔኒሲሊን የሚባለዉን መ[illegible] መርፌ አሁንም ግራ ክንድ ላይ ይወጋል ላንድ ሰዉ የሚሰጠዉ የዚህ መርፌ መጠን 1 ሚሊሊትር ወይም 300000 ዩኒት ብቻ ነዉ

ፕሮኬይን ፔኒሲሊን የሚባለዉ መድሐኒት በብልቃጥ ዉስጥ ያለዉ ዱቄት ነዉ መበጥበጫዉ 10 ሚሊሊትር በሚይዝ ብልቃጥ ዉስጥ ያለዉ ከእንፉሎት የተጣራ ወሃ ነዉ መድሐኒቱ ሲበጠበጥ ላስር መርፌ የሚበቃ መጠን ይኖረዋል ለመበጥበጥ የዉሐዉን ብልቃጥ ስበርና በመርፌ መዉጊያዉ ዉሐዉን መጠህ ካወጣህ በኋላ በዚያዉ መርፌ ዱቄት ዉስጥ ጨምርና እንዲበጠበጥ በጣም አነቃንቀዉ መድሐኒቱ ከተበጠበጠ በኋላ ላንድ ጊዜ የሚበቃ 300000 ዩኒት ወይም አንድ ሚሊሊትር መርፌ መጠህ አዉጣና ቁስለኛዉን ግራ ክንዱ ጡንቻ ላይ ዉጋዉ ብልቃጡ ዉስጥ የቀረዉ መድሐኒት ለዘጠኝ ጊዜ የሚበቃ ነዉ መድሐኒቱ ከተበጠበጠ በኋላ እስከ አስራምስት ቀን ድረስ ሳይበላሽ ሊቆይ ይችላል

ድሬስሩ ከዚህ በላይ የተጠቀሱትን ህክምና እርዳታ ካደረገ በኋላ ከሱ አቅም በላይ ለሆኑት በተለይም የሆድ የደረት እና የራስ ቁስል ያለባቸዉን ሰዎች ሐኪም ወደሚገኝበት ሰፈር እንዲሔድ ለአዛዥ በመንገር እንዲላክ ያደርጋል

ትኩሳት

ንዳድ ይህ የምባ መድሐኒት በሁለት ቀን ዉስጥ ካላሻለህ በሽታህ ንዳድ ወይም ታይፎይድ ሊሆን ይችላል

ምልክቱ— እንደ ወባ የሰዉነት ግለትና ህመም እንዲሁም የሆድ ድርቀት ነዉ ነገር ግን እንደወባ አያንቀጠቅጥም

መድሐኒቱ ክሎሮሚፌኒኮል የሚባለዉን ፀረ ህዋስ ፈዉስ ነዉ

አወሳሰዱ— መጀመሪያ ሁለት ዋጥ ከዚያ በየስድስት ሰዓቱ ሁለት ሁለት ዋጥ ከዚያ በየስድስት ሰዓቱ ሁለት ሁለት ዋጥ በቀን ስምንት ፈዉስ ትዉጣለህ ማለት ነዉ ለምሳሌ ጧት በዓንድ ሰዓት የመጀመሪያዉን ሁለት ብትዉጥ ቀን በሰባት ሰዓት ደግሞ ሌላ ሁለት ትዉጣለ ማለት ነዉ እንዲሁም ማታ በዓንድ ሰዓት ሁለት ትዉጣለህ በሽታዉ ቢሻልህም በዚሁ አኳኋን ሳታቋርጥ ሁለት ሳምንት ሙሉ ትዉጣለህ ይህ መድሐኒት ለግርሻ ትኩሳትም ፈዉስ ስለሆነ ያለማቋረጥ መዉሰድ አለብህ

ተስቦ (ወረርሽኝ) — በቅማል ወይም በትኋን የተነሳ ተስቦ ወይም ወረርሽኝ ሊመጣ ይችላል ምልክቱ ሰዉነት ይንደበደባል ያትኩሳል ከብብት ስር እባጭ ይወጣል መድሐኒቱ— በሽታው ከያዘ በኋላ ግን መድሐኒቱ ቴትራሳይክሊን የተባለ ፈዉስ ነዉ አወሳሰዱ መጀመሪያ ሁለት ከዋጥክ በኋላ በየስድስት ሰዓት ሁለት ሁለት ትዉጣለህ እንደላይኛዉ በቀን 8 ፈዉስ ትዉጣለህ ማለት ነዉ ይህንንም መድሐኒት ሳታቋርጥ ቀንና ለሊት ለሶስት ሳምንት ትዉጣለህ ማለት ነዉ

ትቅማጥ

እንደ ዉሐ የሚወርድ ቀጭን ተቅማጥ ስይዝ እንደሚከተለዉ ታደርጋለህ፥

ሀ. ደም የሌለበት—በተቅማቱ ዉስጥ ደም ከሌለበት ኮዴይን ፎስፌት የተባለዉን ፈዉስ መዉሰድ ብቻ ይበቃል አወሳሰዱ መጀመሪያ ትቅማጥ እንደ ያዘህ ወዲያዉኑ ሀለት ፈዉስ ዋጥ ከዚያ በኋላ እስኪቆምልህ ድረስ በየአራቱ ሰዓት ሁለት ሁለት ዋጥ

ለ. ደም ያለበት— በተቅማጡ ዉስጥ ደም ካየህ የአንጀት በሽታ ሊሆን ስመሚችል ሜትሮዶዞል የሚባል መድሐኒት ማግኘት ያስፈልጋል ይህ መድሐኒት እንዲመጣልህ ወይም አንተ ወደ ሰፈር እንድትላክና እንድትታከም በሽታህን ለድሬስሩ ወይም ለመሪህ መንገር አለብህ

መ. ማስጠንቀቅያ— ተቅማጥ በያዘህ ጊዜ እጅህን ሙልጭ አርገህ ሳትታጠብ የምግብ ወይም ማንኛዉንም የምግብ እቃ እንዳትነካ የሰዉም እጅ እንዳትጨብጥ ባስቀመጥህ ቁጥር እጅህን ሙልጭ አርገህ በሳሙና ታጠብ ሳሙና ከሌለ በንፁህ አፈርና ሳር አሽተህ ታጠብ ከዚያ በኋላ በአንዱድ ወይም በሌላ ቅጠል እጅህን አሽትአርግና ታጠብ ከዚያ በኋላ

ትችላለህ ሆኖም ፈጽሞ እስከትድን
ብዙ ሰዉ የሚበላዉን ምግብ መንካት
ወይም ማዘጋጀት የለብህም

ሳልና የደረት ህመም

ኑሞኒያ ወይም የብርድ በሽታ ሊይዝህ ይችላል ምልክቱ ያስላል ያተኩሳል ያንቀጠቅጣል ደረት ይጨብጣል ይቀስፋል ትንፋሽ ቁርጥ ቁርጥ ይላል መድሐኒቱ አምፒሲሊን የሚባለዉ ፈዉስ ነዉ አወሳሰዱ መጀመሪያ አንድ ዋጥ ከዚያ በኋላ በየስድስት ሰዓቱ ቀንም ማታም አንድ አንድ ትዉጣለህ በቀን አራት ትዉጣለህ ማለት ነዉ ለምሳሌ ጧት በሁለት ሰዓት አንድ ብትዉጥ ቀን በስምንት ሰዓት ደግመህ አንድ ትዉጣለህ ማታ በሁለት ሰዓት አንድ ሌሊት በስምንት ሰዓት አንድ እንደገና ጧት በሁለት ሰዓት አንድ ትዉጣለህ ማለት ነዉ በዚህ አኳኋን በየቀኑ 4 እየዋጥክ ለአንድ ሳምንት ሙሉ ሳታቋርጥ ዉሰድ መድሐኒቱ የሚሰራዉ ቢያንስ ከአንድ በኋላ ሲለሆነ አታቋርጥ

ራስምታት የጉሮሮ ሕመም ቁርጥማት የጥርስ በሽታ

ለነዚህ በሽታዎች አስፒሪን ፍቱን መድሐኒት ስለሆነ ሁለት አስፒሪን በወሃ አሟምተህ ጠጣ ካልተሻለህ ከሁለት ሰዓት በኋላ ሁለት አስፒሪን ደግመህ ዉሰድ

ጨብጥ ቂጢኝ አባጭ

ለነዚህ በሽታዎች መድሐኒቱ የፕሮኬይን ፔኒሲሊን ኮርፌ መወጋት ነዉ እሱ ከጠፋ ቴትራሳይክሊን የተባለዉም ፈዉስ ፍቱን መድሐኒት ነዉ አወሳሰዱ መጀመሪያ ሁለት ከዋጥክ በኋላ በየስድስት ሰዓቱ (ቀን ማታም ማለት ነዉ) ሁለት ሁለት ትዉጣለህ በቀን 8 ትውጣለህ ማለት ነው ለምሳሌ ጧት በዓንድ ሰዓት ሁለት ብትዉጥ ቀን በሰባት ሰዓት ደግመህ ሁለት ትዉጣለህ ማታ በአንድ ሰዓት ሁለት እንደገና ትዉጣለህ ሌሊትም በሰባት ሰዓት ሁለት ትዉጣለህ በማግስቱም እንዲሁ ታደርጋለህ ለጨብጥና ለቂጥኝ በዚህ አኳኋን በየቀኑ ስምንት እየዋጥክ ለሁለት ሳምንት ሙሉ ሳታቋርጥ ትታከማለህ በአባጭ ሶስት ሳምንት ሙሉ ትዉጣለህ

መድሐኒቱን ካቋረጥክ አይሰራምና አንድም ቀን ሳታዛንፍ ዋጥ

ትላትል

ሠገራህ ዉስጥ ትል ካየህ መድሐኒት እንዲሰጥህ ድሬሰሩን ጠይቀዉለዚህ መድሐኒቱ አንድ ፓኬት አልኮፖር በዉሃ በጥብጠ በሙሉ መጠጣት ነዉ

በሽታ መከላከ

ከዚህ በላይ የተገለፁት መመሪያዎች በሽታ ሲይዝ ለማዳን የሚረዱ ናቸዉ ታም ከመማቀቅ ግ አስቀድ መጠንቀቁ ስለሚሻል በሽታ እንዳይዝ መከላከሉ የበለ ይጠቅማል በሽታ እንዳይዝ ወይም እንዲይተላለፍ ለማድረግ የሚረዱ አንዳንድ መመሪያዎች ከዚህ ቀጥሎ ተገልጸዋል

ንጽህና

1. የእጅ የሰዉነት የልብስና በተለይም የምግብ ንጽህና ሁልጊዜ ይጠብቅ
2. ምግብ ከመብላት በፊት ሁልጊዜ እጅ መታጠብ ያስፈልጋል
3. ምግብ የሚሰራበት እቃና የሚቀመጥበት በታ ንፁህ መሆን ይገባዋል
4. በተቻለ መጠን ማንኛዉም ምግብ ከመበላቱ በፊት መቀቀል ወይም መብሰል ያስፈልገዋል
5. የሠፈር ንጽህናም ይጠበቅ

ዝንብ

ብዙ አይነት በሽታ የሚመጣዉ በዝንብ ነዉ ለምሳሌ አንዷት ዝንብ ሠገራ ላይ ቆሻሻ ላይ ቁስል ላይ ወይም አክታ ላይ ስትመገብና ስትጭር ቆይታ ከዚያ ተነስታ በራ ምግብ ላይወይም ሰዉ አፍናእጅ ላይ ታርፋለች እዚያም አርፋ በሰዉነት ላይ ያዘለ ችዉን ቆሻሻና የማይታዩ ፊቂቃን ህዋሳትን ታራግፍ በታለች ከዚህም አልፋ የበላችዉን ታስታዉክበታለች እንቁላሉአንና ኩቧን እዚያዉ ትጥላለች ይኸ ሁሉ ቆሻሻና ነፍሳት ወደ ሰዉ ሆድ የገባ እንደሆን በሽታን የሚያመጣ ጠንቅ ይሆናል ስለዚህ ዝንብን መከላከልና ከተቻለም ማጥፋት ያስፈልጋል ዝንብን ለማጥፋት የሰፈር ንጽህናን መጠበቅ ቁስልን መሸፈን አክታን በየቦታዉ አለመትፋት በተለይም ሠገራንና ቆሻሻን መቅበር እጅግ ጠቃሚ ነዉ

ተባይ

ሌላዉ የጤና ተዉሳክ ተባይ ነዉ ቅማል ቁንጫ ትኋን መዥገር የመሳሰሉት ተባዮች በሽታን ከማምጣትም በላይ ከአንዱ ወደ ሌላዉ ያስተላልፋሉ ተባይን ለማጥፋት ልብስን መኝታንና ገላን በተቻለ መጠን በንጽሕና መያዝ ያስፈልጋል ስለዚህ ልብስንና ገላን በየጊዜዉ ማጠብና መኝታንም በየጊዜዉ ማሣጣትና ማስጣት ያስፈልጋል ከተገኘም ዲዲቲ የሚባለዉን መድሐኒት ልብስና መኝታ ላይ መነስነስ ጥሩ ነዉ መድመኒቱ ግን ሐፍዝ ስለሆነ ምግብ ወይም ምግብ ዕቃ ላይ ቢናኝ እንዳይደርስ ጠንቀቅ ያሻል ዲዲቲ ከጠፋ በሳሙና ወይም በእንዶድ ማጠብ ይበቃል

ንክኪ

ጨብጥ ቂጥኝ እባጭ የመሳሰሉትን በሽታዎች የሚተላለፉት ከሴት ነዉ አሁን የመደሰቻ ጊዜ ካለመሆኑም በላይ እነዚህ በሽታዎች ለጤና ብቻ ሳይሆን ለአርበኞች ዝናና ለዲሲፒሊን ጠንቅ ናቸዉ እያንዳንዱ ተዋጊ ይኸንኑ አዉቆ መታገስና እራሱን መቆጣጠር

ይገባዋል በተጨማሪም ይህን አስነዋሪ በሽታ ለማስወገድ ግንኙነትን የሚከለክል ደንብ ሊወጣ ይገባል

ተላላፊ በሽታ የያዘዉን ሰዉ መገለል

ጉንፋን ሳል ተቅማጥ ትኩሳትና ንክኪ ተላላፊ በሽታዎች ናቸዉ በተባይ በዝንብ በንክኪ ወይም በትንፋሽ ከአንዱ ሰዉ ወደ ሌሎቹ ሰዎች ሊያጋቡ ይችላሉ ስለዚህ እነዚህ በሽታዎች የያዙት ሰዉ እስኪድን ድረስ ከሌሎች ተለይቶ መተኛት አለበት እሱ የበላበት ወይም የጠጣበት እቃ በፈላ ዉሃ ሳይታጠብ በፊት ሌላ ሰዉ እንዳይጠቀምበት

የሰገራ ጉድጓድ

የሰፈርን ንጽህና ለመጠበቅና ዝንብን ለመከላከል በሽታን ለማስወገድ ሶሽንትና ለሰገራ የሚሆን ጉድጓድ መቆፈር አለበት አንድ ጦር ከአንድ ቀን በላይ በሚያድርበት ቦታ ሁሉ የሰገራ ጉድጓድ መቆፈር ያስፈልገዋል በቀላሉ ሊቆፈሩ የሚችሉ ሁለት አይነት የሠገራ ጉድጓዶች አሉ

1. ጥልቅ ጉድጓ. ይኸ እንደ ዉሀ ጉድጓ ጥልቅ ሆኖ ይቆፈራል ለመቆሚያ የሚሆን እንጨት አፉ ላይ ላይ ይረበረባል ርብራቦሹ መሀል አነስተኛ ሽንቁር ይተዋል በእንጨት ርብራቦሽ ፈንታ አሮጌ ሳጥን ከተገኘ ቀሀሉ ተሸንቁሮ ጉድጓድ ላይ ሊደፋበት ይችላል ተቆፍሮ የወጣዉ አፈር ተመልሶ ሠገራዉን ለመሸፈን ስለሚጠቅም ጠርዙ ላይ ወይም እዚያዉ አካባቢ ይቆለላል እንጂ አይጣልም አንድ ሰዉ ሰገራ ተቀምጦ ሲነሳ አፋፉን በካፋ ወይም በሌላ ነገር እየዛቀ ጉድጓዱ ዉስጥ ይጨምረዉና ሠገራዉን ይሸፍናል ዋናዉ ነገር እዚህ ላይ ነዉ ሠገራዉ በየጊዜዉ በአፈር መሸፈን መቀበር አለበት አለበለዚያ ዝንብ ጉድጓዱም ዉስጥ ገብቶ ሊራባ ከመቻሉም በላይ ሽታዉም ላያስደርስ ይችላል

የዚህ አይነት ጉድጓድ ባንድ ዛፍ ስር ወይም በቁጥቋጦ ስር ተቆፍሮ ዙሪያዉን በቅጠል ሊከለል ስለማይችል ከአየር ሊታይ አይችልም እንድሁም ጉድጓዱ ሳይበላሽ ወይም ሳይሞላ ብዙ ጊዜ ያገለግላል ነገር ግን ባንድ ጊዜ መጠቀም የሚችል አንድ ሰዉ ብቻ ስለሆነ ጠሩ ብዙ ከሆነ በርከት ያሉ ጉድጓዶች መቆፈር ያስፈልጋል

2, በይ ሁለተኛዉ አይነት የሰገራ ጉድጓድ እንደ በይ በረጅሙ ይቆፈራል ለምሳሌ ስፋቱ አንድ ክንድ ርዝመቱ አስር ክንድ የሆነ በይ ከሐያ አምስት እስከ ሰላሣ ሰዉ ላለዉ ክፍል ላንድ ሳምንት ይበቃል ብዙ ጊዜ መቆየት ካስፈለገ ጥልቀቱንና ርዝመቱን ጨምሮ መቆፈር ወይም አንዱ ሲሞላ እሱን ጥቅጥቅ አርጎ ደፍኖ ሌላ መቆፈር ይቻላል

የተቆፈረዉ አፈር ባንድ በኩል ማለት ከሰፈር ራቅ በሚለዉ ጠርዝ አግድም ይከመራል አንድ ሰዉ ሰገራ ከወጣ በኋላ ወይም ሽንቱን ከሸና በኋላ የተከመረዉን አፈር በአካፋ ወይም በሌላ ነገር ያፍስና ሠገራዉን ወይም ሽንቱን ይሸፍናል ዝንብ እንዳይደርስበት በደንብ እንድሸፈን ብዙ አፈር እላዩ ላይ ማፍሰስ ያስፈልጋል

የዚህ አይነት በይ በቀላሉ ለመቆፈር የሚቻል ሲሆን ረዥም ስለሆነ ከአየር ለመከለል ትንሽ ያስቸግራል ግርዶሽ መስራት ካስፈለገ ተጨማሪ ሥራ ያስፈልጋል በይ ስለሆነ ግን ባንድ ጊዜ ብዙ ሰዉ ለመጠቀም ይችላል

ከሁለቱ አይነት የተመቸዉን የሠገራ ጉድጓድ መቆፈር ይቻላል ዋናዉ ነገር አይነቱ ሳይሆን የሠገራ ጉድጓድ መኖሩ ነዉ ሁለተኛም የሠገራዉ ጉድጓድ ምግብ ከሚሰራበት ከሚበላበት ቦታ ራቅ ብሎ መዘጋጀት ይኖርበታል ሶስተኛ ሠፈር ለቆ በሚከድበት ጊዜ መገራው ጥቅጥቅ ብሎ እንዲደፈን ያስፈልጋል

የቁሻሻ ጉድጓድ

ማንኛዉም ቁሻሻ የምግብ ትርፍራፊ ወይም እጣቢ የትም የተጣለ እንደሆን የሚከረፋ ከመሆኑም በላይ የትልና በሚሊዮን የሚቆጠሩ ሀዋሳት ሠፈልፈያና የዝንብ ሠርቢያ ስለሚሆን የጤና ጠንቅ ያሠጣል ስለዚህ ማንኛዉም ቁሻሻ ጥራጊ የምግብ ትርፍራፊ ወይም እጣቢ ሁሉ ተጠራቅሞ የሚጣልበት ጉድጓድ ሠቆፈር አለበት ጉድጓድ ዉስጥ ጉድፍ በተጣለ ቁጥር አፈር በላዩ ላይ መጨመር አለበት ጉድጓድ የተጨመረዉ ነገር በ ጊዜዉ አፈር ለብሶ ካልተቀበረ ስለሚተላ ያዉ በሽታ ማምጣቱና መተንፈጉን ይቀጥላል

ይኸም የቁሻሻ ጉድጓድ ከምግብ መሥርያና መብያ ቦታ ራቅ ማለት አለበት በሚሞላበት ጊዜ ወይም ሠፈር በሚለቀቅበት ጊዜ ጥቅጥቅ አርጎ መድፈን ያስፈልጋል

መድኃኒቶች

ሀ. ግንባር መስመር (ለእያንዳንዱ ሰው የሚሰጥ)

ሀ.1 የቁስል ማሰሪያ ወይም መሸፈኛ—1 Shell dressing
15 ፀረ-ሕዋስ ፈውስ—15 capsules ampicillin antibiotic (500 mg each)
10 ህመም ማስታገሻ ፈውስ—10 tablets of fortral (pain-killer)

ለ. 25 ሰው ያለው ክፍል

5 ትርፍ የቁስል ማሰርያ—5 extra shell dres
30 ፀረ-ሕዋስ ፈውስ—30 capsules of ampicillin antibiotic (500 mg ea)
20 ኮዴይን ፎስፌት—20 codein phosphate (30 mg each)
40 ሕመም ማስታገሻ ፈውስ—40 fortral tab
3 ሳቭሎን—3 savlon concentrates

መ. 100 ሰው ያለው ክፍል

50 ክሎሮኪን ፀረ-ወባ ፈውስ—50 chlorquine antimalaria tablets
56 ክሎራምፌኒኮል የንዳድ መድኃኒት—56 chloramphenicol antityphoid tablets (500 mg tabs. or capsules)
100 ቴትራሳይክሊን (ለተስቦ ፈውስ)—100 Tetracycline (anti-typhus) tablets (250mg)
2 ቢልቃጥ ፕሮኬይን ፔኒሲሊን (ለ10 መርፌ የሚበቃ መድኃኒት)—Procain Penicillin 3 MU

መርፌ—ፕሮኬይን ፔኒሲሊን (2ቢልቃጥ እያንዳንዱ ለ10 መርፌ የሚበቃ)—Injection: Procaine Penicillin 3MU MULTI DOSE Vials 2 (each of 10 doses
2ቢልቃጥ መበጥበጫ ውሀ—2 Vials of 10 sterile water for dilution
25 መርፌና ሲሪንጅ—25X2ml syringes and 25 needles no. 12
10 ሳቭሎን— Savlon Concentrate 1
2 አምፑል ቴታነስ ቶክሶይድ—2 ampoules ATT (Tetanus Toxoid) 5ml each
200 አስፕሪን (የሚሟሙ) ለራስምታት ለቁርጥማትና ለጉርስ ሕመም—200 solu ble Asprine for headache rheumatism etc.
100 ኮዴይን ፎስፌት (ለተቅማጥ)—100 Codo phosphate 30mg tabs. (for Diarrhoea)
200 ፎርትራል ፈውስ (ሕመም ማስታገሻ)—200 Fortral tabs. (pain killer)
50 ከረጢት አልኮፓር (ትል ማጥፊያ)—50 Alcopar sachets (Worm-killer)